

(Esta ementa só é garantida a utilizadores com senha de refeição pré-comprada)

ALMOÇO
Segunda-feira | 21.07.2025

Sopa **Agrião**
Alergénios: Não contém

Peixe

Carne **Hambúrguer de aves com arroz alegre**
Alergénios: Soja, sulfitos, pode conter vestígios de ovo, peixe, crustáceos e leite.

Vegetariano **Hambúrguer vegetariano com arroz alegre**
Alergénios: Soja, glúten, pode conter vestígios de crustáceos, ovo, peixe, leite e moluscos.

Terça-feira | 22.07.2025

Sopa **Feijão com hortaliça**
Alergénios: Não contém

Peixe **Atum com salada russa**
Alergénios: Peixe, sulfitos, ovo

Carne

Vegetariano **Fava com alheira vegetariana e arroz**
Alergénios: Sulfitos, glúten, soja

Quarta-feira | 23.07.2025

Sopa **Peixe***
Alergénios: Glúten, peixe pode conter vestígios de leite ou mariscos, sulfitos

Peixe

Carne **Carne de porco à portuguesa**
Alergénios: Sulfitos, glúten

Vegetariano **Tofu à lagareiro**
Alergénios: Sulfitos, soja

Quinta-feira | 24.07.2025

Sopa **Ervilhas**
Alergénios: Não contém

Peixe **Marmotas fritas com feijão-frade**
Alergénios: Peixe, glúten, sulfitos

Carne

Vegetariano **Strogonoff de seitan com arroz de ervilhas**
Alergénios: Soja, glúten

Sexta-feira | 25.07.2025

Sopa **Legumes**
Alergénios: Não contém

Peixe

Carne **Perna de frango com arroz de açafão e brócolos**
Alergénios: Sulfitos, glúten, pode conter vestígios de ovo

Vegetariano **Massada de ervilhas e legumes (curgete, cenoura, alho francês)**
Alergénios: Glúten

Sobremesa diária: Fruta | Doce | Iogurte
Alergénios: Leite, glúten

*Possibilidade de solicitar alternativa de sopa para refeições vegetarianas

JANTAR (em take away)
Segunda-feira | 21.07.2025

Sopa **Agrião**
Alergénios: Não contém

Peixe

Carne **Hambúrguer de aves com arroz alegre**
Alergénios: Soja, sulfitos, pode conter vestígios de ovo, peixe, crustáceos e leite.

Vegetariano **Hambúrguer vegetariano com arroz alegre**
Alergénios: Soja, glúten, pode conter vestígios de crustáceos, ovo, peixe, leite e moluscos.

Terça-feira | 22.07.2025

Sopa **Feijão com hortaliça**
Alergénios: Não contém

Peixe **Atum com salada russa**
Alergénios: Peixe, sulfitos, ovo

Carne

Vegetariano **Fava com alheira vegetariana e arroz**
Alergénios: Sulfitos, glúten, soja

Quarta-feira | 23.07.2025

Sopa **Peixe***
Alergénios: Glúten, peixe pode conter vestígios de leite ou mariscos, sulfitos

Peixe

Carne **Carne de porco à portuguesa**
Alergénios: Sulfitos, glúten

Vegetariano **Tofu à lagareiro**
Alergénios: Sulfitos, soja

Quinta-feira | 24.07.2025

Sopa **Ervilhas**
Alergénios: Não contém

Peixe **Marmotas fritas com feijão-frade**
Alergénios: Peixe, glúten, sulfitos

Carne

Vegetariano **Strogonoff de seitan com arroz de ervilhas**
Alergénios: Soja, glúten

Sexta-feira | 25.07.2025

Sopa **Legumes**
Alergénios: Não contém

Peixe

Carne **Perna de frango com arroz de açafão e brócolos**
Alergénios: Sulfitos, glúten, pode conter vestígios de ovo

Vegetariano **Massada de ervilhas e legumes (curgete, cenoura, alho francês)**
Alergénios: Glúten